





戒菸諮詢		戒菸諮詢+尼古丁藥劑		戒菸諮詢+非尼古丁藥劑
需做的事	前往醫事機構或打戒菸諮詢專線 0800-636363	前往提供戒菸服務的醫事機構		
費用	免費	藥物部分負擔		
限制	無	健保身分且滿 18 歲，每天吸菸量 10 根以上，或成癮度 4 分(含)以上。		
成功率	容易看見並解決戒菸難題	30%		35%
缺點	重度菸癮者較難成功戒菸	1.對低度菸癮者幫助不大 2.藥物不同，副作用不同		
藥物	無	尼古丁咀嚼錠	尼古丁貼片	Varenicline tartrate
				
使用方式	藉由戒菸前的諮詢找出戒菸的預期困難點與教導戒菸方法；戒菸後則著重找出戒菸的難題並解決。	透過咀嚼釋放尼古丁至口腔黏膜，先咀嚼 10 至 20 下，然後休息 1~2 分鐘，再繼續咀嚼 10 至 20 下，如此反覆動作。	晚上洗完澡後黏貼在身上，透過皮膚吸收，也可與咀嚼錠合併使用，避免貼在易流汗與關節活動的地方。	口服使用，第 1~3 天 0.5mg 一天 1 次，第 4~7 天 0.5mg 早晚各一次，第 8 天起 1mg 早晚各一次，至療程結束。
藥效出現時間	無	7-10 分鐘	2-3 小時	建議於戒菸日一週前服用
注意事項	根據統計，戒菸諮詢次數越多，越容易成功戒菸，在諮詢的過程中，專業人員也會判斷是否須使用藥物較容易成功戒菸。	1. 不可以像一般口香糖一樣持續咀嚼。 2. 使用時應避免酸性飲料、果汁等酸性飲料要等 15 分鐘後才能使用。	1. 局部皮膚刺激，發癢或紅疹。 2. 睡眠障礙者可能產生失眠或多夢情況。	1. 建議在飯後配合一整杯開水服用。 2. 常見之副作用為噁心、作夢、失眠。 3. 精神病、憂鬱症、心臟病患者應與醫師討論使用之可能風險。